

86. כאבי בטן

כמעט כל ילד סובל מכאבי בטן
זוהי אחת הסיבות השכיחות לחולי בילדים
כאבי בטן לעתים קשורים לחולשת מערכת העיכול
המאפיינת ילדים ככלל
כל מזון הקשה לעיכול או מעט מקולקל
עלול לגרום לכאבי בטן

ישנו הבדל גדול בין כאבי בטן מזדמנים
ובין כאבי בטן כרוניים
כאבי בטן מזדמנים יכולים להיות בשל סיבות מזדמנות וחד פעמיות
אכילה מוגזמת ממזון מסוים
אכילת מזון בעייתי
קלקול במערכת העיכול
נגיף שמשפיע על מערכת העיכול
אכילה מהירה מדי
אכילת יתר
ועוד ועוד....

אך כאשר מדובר בכאבי בטן הנמשכים זמן רב
שבועות או יותר
נפתחת קשת של אפשרויות
הדבר הראשון שיעשו ההורים הוא ללכת לרופא
וזה ישלח את הילד למגוון בדיקות
על מנת לשלול בעיות חריפות
אך בחלק גדול מהמקרים הבדיקות שליליות
וכאבי הבטן נשארים ללא מענה

במקרה זה
באופן טבעי הזרקור מופנה לתזונת הילד
ישנם מאכלים שגורמים לחלק מהילדים בעיות עיכול
השכיחים שבהם:
חלב פרה
קמח חיטה

כאשר התזונה מוקפדת ואין שיפור
אפשר לבדוק את ההקשר הרגשי
רבים מכירים מקרוב את הקשר

בין המצב הרגשי בו הם נתונים
ותפקוד מערכת העיכול
רבים משלשלים כאשר הם מתוחים
או חשים כאבי בטן במצבי מתח
כיב קיבה (אולקוס) הוא חולי בו יש קשר מובהק
למתח מתמשך
המתח מעלה את חומציות הקיבה
עד ליצירת כיב במעטפת הפנימית של הקיבה

בקליניקה לרפואה סינית לילדים
הסיבה השכיחה לכאבי בטן מתמשכים
היא מתח

מערכת העיכול היא מערכת דינמית
והיא מושפעת מאוד מהתנהלות הגוף הכללית
בפרט זו הרגשית

הורים רבים חושבים שהילד מתחזה
כאשר בכל פעם שהוא צריך ללכת לבית הספר
או למקום אחר שהוא לא שש ללכת אליו
הוא טוען שכואבת לו הבטן
אכן כואבת לו הבטן....
הוא יכל להגיד שכואב לו הראש
אבל הוא חש את המצוקה בבטן

הרפואה המערבית מכירה בקשר זה
והוא מכונה פסיכוסומטי

ההגדרה דומה להגדרה בה משתמשת הרפואה הסינית
יש השפעה של הרובד הרגשי על הפיזיות
ברפואה הסינית הרגש המקושר למערכת העיכול
הוא דאגה

הדבר הראשון שיש לברר הוא
מתי החלו הכאבים

האם היה שינוי תזונתי באותה תקופה
האם קרה משהו שהשפיע רגשית
האם כאבי הבטן הם גם בחופשות
היכן הם מחמירים בבית או במסגרת
מתי החלו הכאבים

בירור זה נותן רמז רב ערך על מקור הבעיה
והוא צעד גדול קדימה לפתרונה
במרבית המקרים בהם נשללה בעיה פיזיולוגית
מסתבר שהמקור הוא רגשי
הורים רבים לא מודעים לקשר זה
ובירור מהיר מצליח למצוא קשר
בין תחילת הופעת הבעיה
לאירוע או שינוי משמעותי בחייו של הילד
מעבר דירה
מעבר בית ספר
חבר שעוזב בקיץ לעיר או מדינה אחרת
עליה לכיתה א' היא שינוי משמעותי לילדים רבים¹
הולדת אח
קרוב משפחה שנפטר
לחץ של אחד ההורים
או מתח בין ההורים
ילד שמציק בבית הספר
או בעיה חברתית אחרת

מרגע שנמצא המקור לבעיה
אפשר להתחיל לעזור לילד
בעצם איתור הסיבה לבעיה
מתחיל הריפוי
ההורים מבינים ובדרך כלל נרגעים
איתם נרגע גם הילד

אם הבעיה היא תזונתית
אפשר להתחיל לבודד מאכלים חשודים
במקרה שהבעיה היא רגשית
יש מגוון של דרכים לטיפול

אם הבעיה הרגשית שמציג הילד
היא בעיה אופיינית והיא לא חדשה בשל אירוע מסוים
יש לשקול תמיכה רגשית
כמו טיפול באומנות, במוזיקה
ברכיבה על סוסים ועוד....

1- ראו: "מעבר בין מסגרות" בעמוד 49